038

TAISHUKAN News

March 2021
No.1

中学保健体育科ニュース

機関誌

大修館書店

この機関誌は，「教科書発行者行動規範」（教科書協会）に則って適切に配布しています。

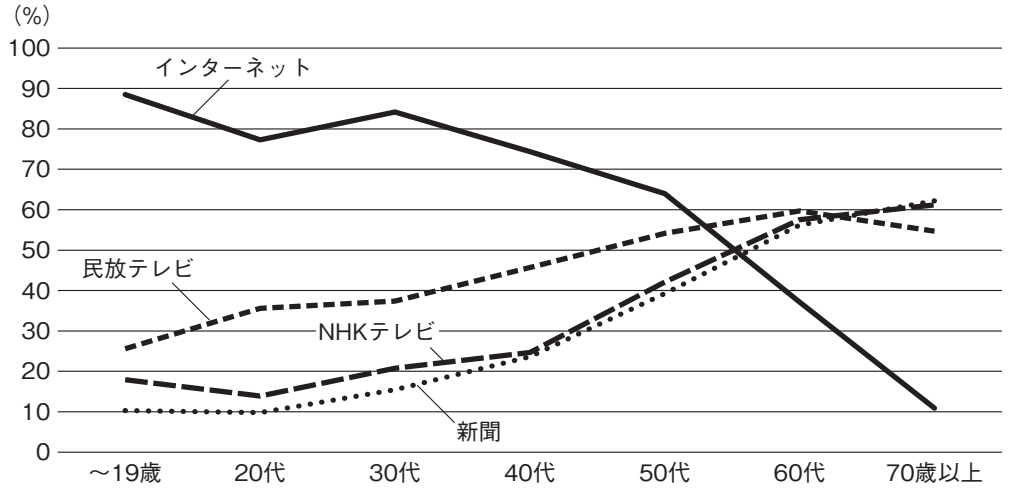
NEWS FILE

第13回メディアに関する全国世論調査

2021年１月23日，「第13回メディアに関する全国世論調査」（新聞通信調査会）の結果が公表された。今回の調査は2020年10月30日～11月17日の間に実施されたもので，全国の18歳以上の5000人を対象に行われ，61.3% に当たる3064人から回答が得られた。調査は，新聞やテレビ，インターネットなどの主要メディアについて，その信頼性や必要性などの観点からなされた。

情報の信頼性の観点では，新聞と NHK テレビが高かった。一方で，「情報源として欠かせない」とした人の割合はグラフの通りである。40代まではインターネットが情報源として他のメディアを圧倒しており，新聞は最下位に沈んでいる。しかし，50代と60代を境界線として高齢層では新聞やテレビが情報源として欠かせない存在となっている。今後，デジタル世代が年を重ねるにつれてこの傾向も変化することだろう。

「情報源として欠かせない」とした人の割合（年代別）



CONTENTS

コロナ禍の子どものからだと心に異変あり
：COVID-19が教えてくれている地球からの警告 …… 野井真吾（日本体育大学）2

性の多様性をおおらかに受けとめる
価値観を育む授業の提案 …… 小野アンリ（Proud Futures）6

回覧								

コロナ禍の子どものからだと心に異変あり：COVID-19が教えてくれている地球からの警告

野井真吾
（日本体育大学）

1 はじめに

いつの時代も，人々の健康課題には，それぞれの時代が反映しています。そのことは，第一次世界大戦中のスペイン風邪（インフルエンザ），第二次世界大戦直後の劣悪な衛生状態による感染症や寄生虫病，あるいは食糧難による虚弱児や脚気，高度経済成長期の公害病，さらには，病気や障がいとはいえないものの，さりとて健康ともいえない「からだのおかしさ」といった健康問題等々が，それを雄弁に語ってくれています。無論，社会動向が色濃く反映したこれらの健康被害は子どもに限ったことではありません。けれども，その影響を大きく受けるのが子どもを含む生理的弱者であることも事実です。

いうまでもなく，今般のコロナ禍により，世界中の人々の生活は否応なしに一変させられました。正に，緊急事態です。このような状況が子どものからだと心に及ぼす影響が小さくないことは容易に想像できます。そのため，私の所属する「子どものからだと心・連絡会議」と「日本体育大学体育研究所」は，長期休校中と休校明けの２度に亘ってコロナ緊急調査を実施しました（野井ほか，2020）。まずは，子どもが置かれている現実を知る必要があると思ったからです。

本稿では，その緊急調査の結果の一部を紹介し，コロナ禍が教えてくれている地球からの警告について考えてみたいと思います。

2 緊急調査の結果が示す子どもの“からだと心”

今回の緊急調査は，急な呼びかけで，しかも馴染みがあるとはいい難い web 調査であったにもかかわらず，2020年５月実施の休校中調査には，埼玉，東京，神奈川，静岡の公立小学校，中学校が31校も参加してくれ，2,423組の小中学生とその保護者の声を集めることができました。その後，およそ３ヵ月間に及んだ休校措置が解かれて，多くの地域で学校が再開されたのは５月下旬のことでした。分散登校や時差登校からはじまり，次第にいつもの日常を取り戻すのかと思いきや，そうともいかずに窮屈な学校生活が強いられる中，休校明け調査が行われたのは2020年６～７月のことでした。この調査にも，1,341組の小中学生と保護者が回答してくれました。さらに，健康診断のデータ収集にも努め，その分析も進めることにしました。

それでは，結果をご覧いただきたいと思います。図１，２には，休校中と休校明けとにおける就床時刻と起床時刻を示しました。これらの図が示すように，対象者の就床時刻，起床時刻は，休校明けに比して休校中に遅くなっていた様子を確認することができます。加えて，図３，４が示すように，精神症状の訴えは休校中に，身体症状の訴えは休校明けに多い様子も確認できます。これらの結果は，学校再開を待ち望んでいた子どもたちの気持ちが満たされて，生活リズムも整った反面，およそ３ヵ月ぶりの学校生活にからだが適応しきれていなかった休校明けの子どもたちの様子を教えてくれているように思

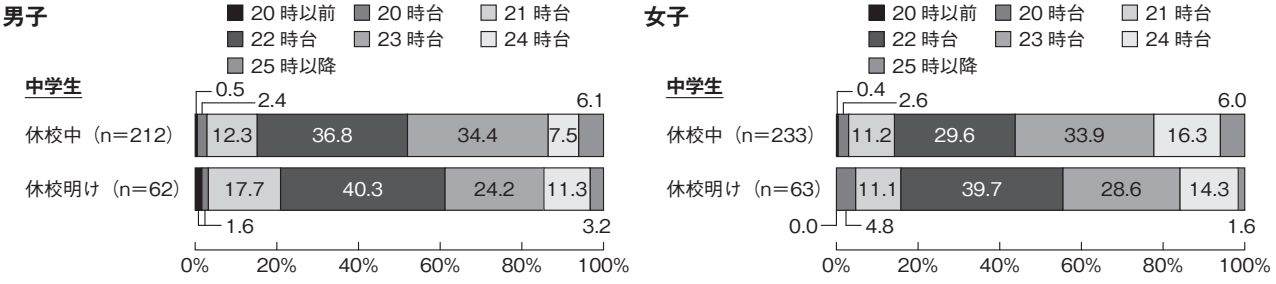
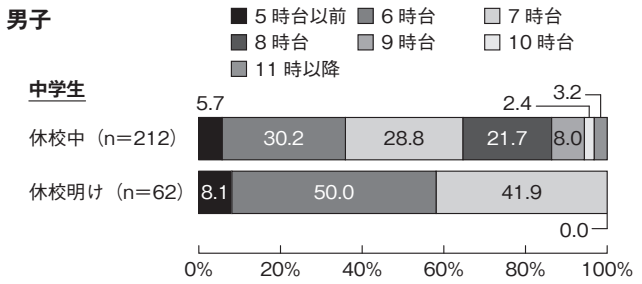


図１　コロナ休校中と休校明けとにおける就床時刻の分布（中学生）



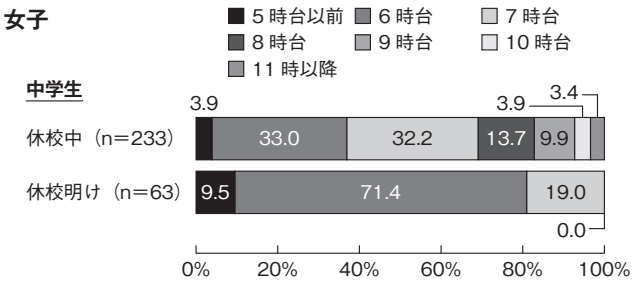


図２　コロナ休校中と休校明けとにおける起床時刻の分布（中学生）

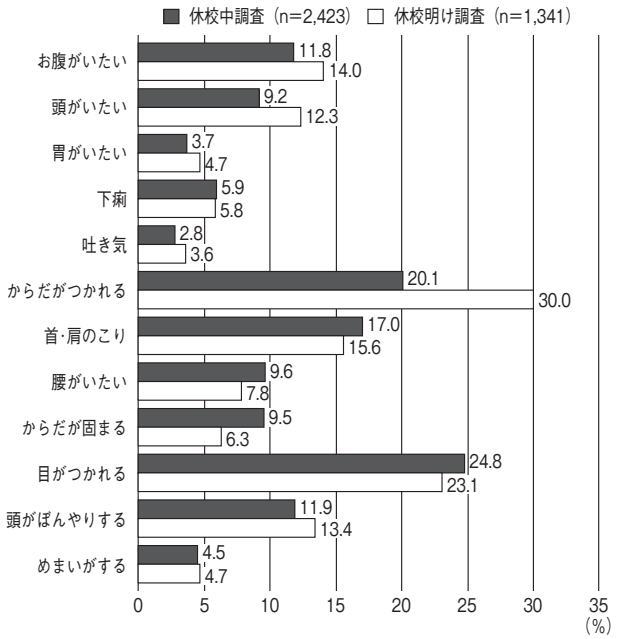


図３　コロナ休校中と休校明けとにおける身体症状の訴え（小中学生）

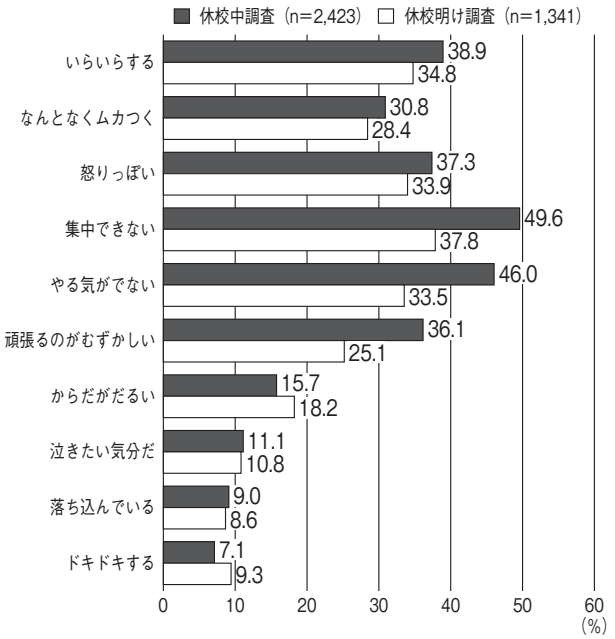


図４　コロナ休校中と休校明けとにおける精神症状の訴え（小中学生）

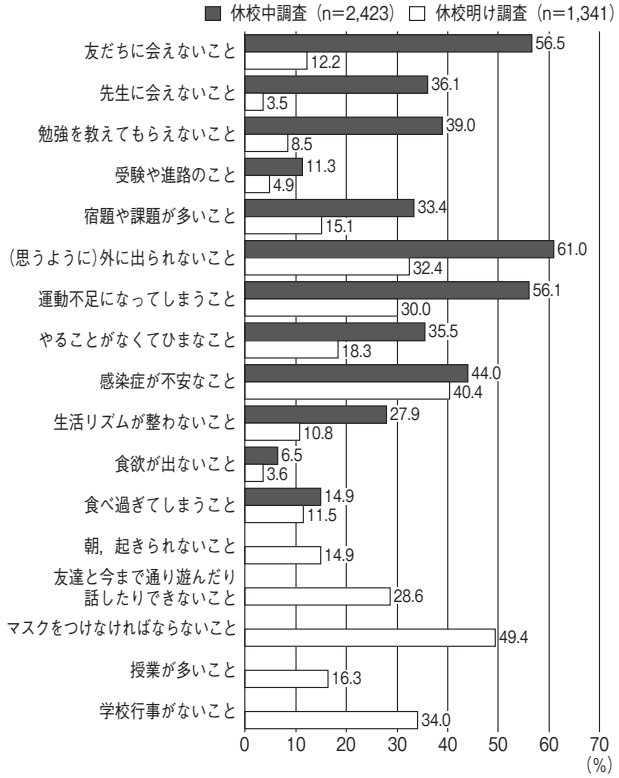


図５　コロナ休校中と休校明けとにおける子どもの困りごとの訴え（小中学生）

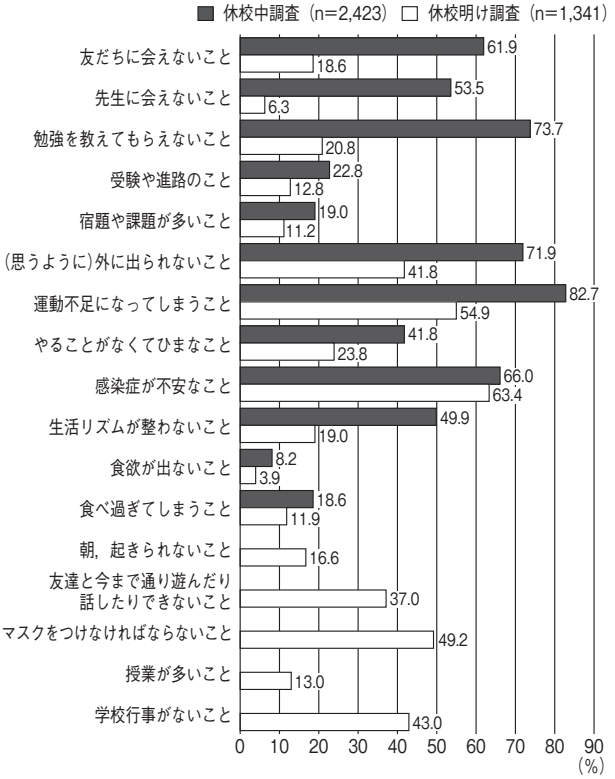


図６　コロナ休校中と休校明けとにおける保護者の心配ごとの訴え（小中学生）

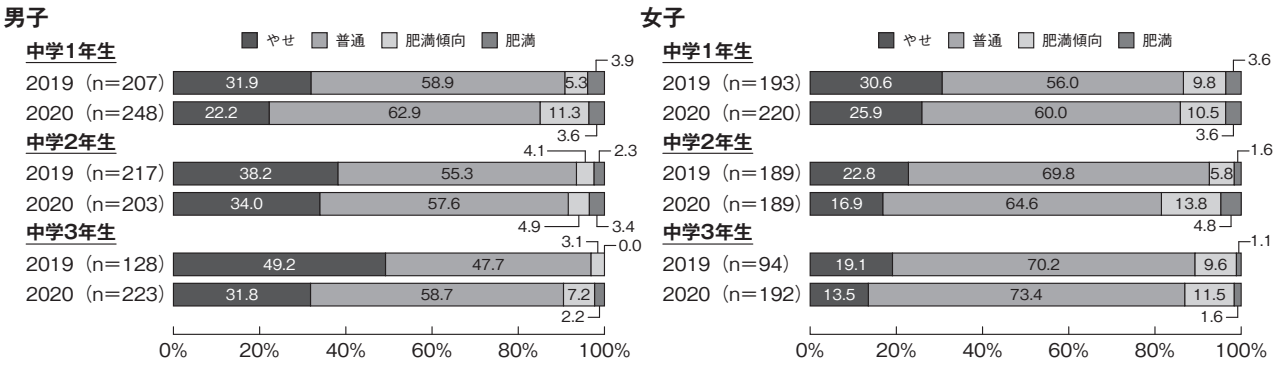


図7　2019年度と2020年度におけるローレル指数の判定結果（中学生）

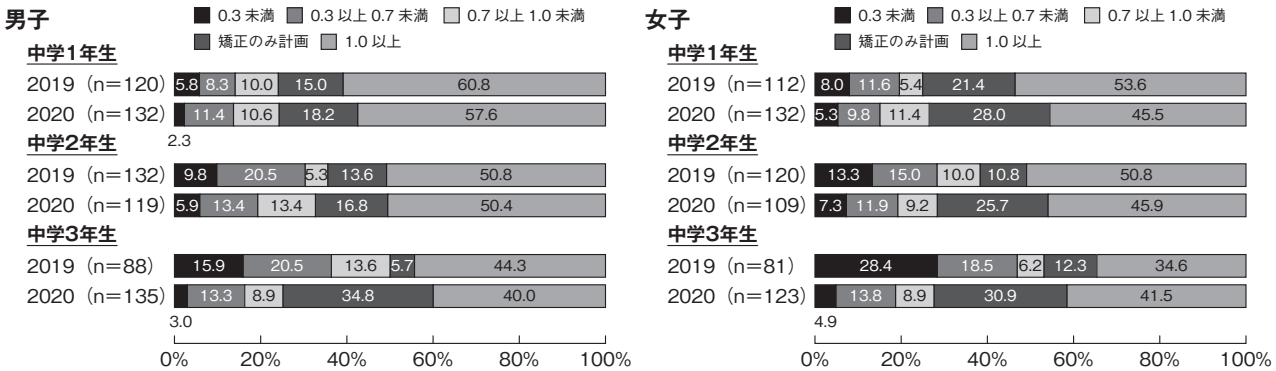


図8　2019年度と2020年度における視力検査の判定結果（中学生）

いました。

また，今回の調査では子どもの困りごと（図５）と保護者の心配ごと（図６）についても尋ねました。それによると，同一項目で比較できるすべての項目（12項目）で，休校中に比して休校明けの子どもの困りごとも，保護者の心配ごとも減少している様子が確認できます。ただ，休校中調査における子どもの困りごとの上位５項目は，第１位から順に「（思うように）外に出られないこと」「友だちに会えないこと」「運動不足になってしまうこと」「感染症が不安なこと」「勉強を教えてもらえないこと」であったのに対して，保護者の心配ごとの上位５項目は，その第１位と第３位，第２位と第４位が入れ替わっていました。このような結果は，おとなの認識とは異なる子どもからみた学校の存在意義を教えてくれているようにも思いました。

さらに，健康診断データの分析結果もご覧いただきたいと思います。図７には，2019年度と2020年度のローレル指数の判定結果を示しました。この図が示すように，ローレル指数により「肥満傾向」または「肥満」と判定された者は，すべての学年の男女で，2019年度に比して2020年度の割合が高値を示しました。また，視力検査の判定結果は，図８の通りです。男子は全学年で，女子は１・２学年で「裸眼視力1.0未満」または「矯正のみ計測」の割合が増加している様子が示されました（図８）。すなわち，長期休校あるいは長期自粛生活による身体活動量の低下やスクリーンタイムの増加は，子どもの体格や視力に影響を与えていたといえそうなのです。

３　with コロナ時代の「密」の保障を！

以上のように，コロナ禍という未曾有の事態に子どもの“からだと心”が大きなダメージを受けたのは確かです。にもかかわらず，学習の遅れを心配する報道があまりに多いのも気になります。もちろん，遅れた学習を保障することは大切です。ただ，そのために７時間目や土曜日の授業が実施されていたり，学校行事が中止されたり，夏休みや冬休みが短縮されたり，休み時間や給食でのおしゃべりが禁止されたり，給食での黙食が監視されていたりといったことを耳にすると，子どもたちをさらに追い込んでしまうことになっていないかが心配です。まずは，子どもたちの“からだと心”に寄り添うことが大切なのではないでしょうか。

もとより，2019年３月に国連子どもの権利委員会によって示された「日本政府第４・５回統合報告書

に関する最終所見」では，そのパラグラフ20（a）において「社会の競争的な性格により子ども時代と発達が害されることなく，子どもが子ども時代を享受することを確保するための措置を取ること」が勧告されています。このような勧告が示されているのは，世界を見渡しても日本だけです（野井，2021）。これが日本の現状でした。すなわち，今般のコロナ禍は，この状況にさらに追い打ちをかけるような緊急事態であるといえるのです。

そもそも，子どもは群れて育つものです。換言すると，「３密」が子どもを育ててきたともいえます。そのため，with コロナ時代の日常においては，身体的な「３密」を回避しつつ，子どもの声に耳を傾けてそれに寄り添い精神的な「密」をどのようにつくり出していくかが当面の課題として問われています。その点，国連子どもの権利委員会が昨年（2020年）４月８日に発表した声明は，注目に値します。そこには，「今回のパンデミックに関する意思決定プロセスにおいて，子どもたちの意見が聴かれ，かつ考慮される機会を提供すること。子どもたちは，現在起きていることを理解し，かつパンデミックへの対応の際に行なわれる決定に参加していると感じることができるべきである」と記されています。いまこそ，卒業式や入学式等の学校行事をどうするか，休み時間や部活動のあり方をどうしたらよいか等々といったことを子どもたちと一緒に考えてみてはどうでしょうか。

高校生の声に端を発した９月入学の議論でしたが，彼ら，彼女らの真の主張は「９月に入学したい」ということではなく，「当たり前の学校生活を送りたい」「子ども時代を送りたい」ということでした。このような主張は，至極当然の立派な意見表明であったと思います。にもかかわらず，おとなたちはその主張を制度改正の議論にすり替えてしまいました。これでは，ますます子どもたちが口を閉ざしてしまうことにならないかが心配です。

４　地球からの警告！

東日本大震災（2011年３月），熊本地震（2016年４月），西日本暴雨（2018年７月），北海道地震（2018年９月），東日本台風（2019年10月）等々，2010年代は，地震，豪雨，台風等の自然災害が猛威を振るった10年間となってしまいました。とりわけ，東日本大震災はその被害だけに止まらず，それによる津波被害が原発事故を招き，被災地の人々のいのちと健康，生活を崩壊させました。そしてその被害は，いまなお続く人災となっています。ただ，2010年代の災害は，それだけに止まりませんでした。新型コロナウイルスの猛威です。このウイルスが中国・武漢で発見されたのは，2010年代が終わりを迎えようとした2019年12月のことでした。

46億年前に誕生した地球は，人類が地球の地質や生態系に影響を及ぼすに至り，「人新世（Anthropocene）」と呼ばれる新しい地質時代に突入したともいわれます。このような地球への攻撃は，人類の健康にも影響を及ぼすことになります。当然の報いです。地震発生との関係は不明であるものの，暴雨や台風，新型コロナウイルス等といった自然災害や健康問題に，経済最優先の無秩序な森林破壊やマイクロプラスティックによる海洋汚染等の環境問題，都市集中による歪な分布の人口問題，さらにはグローバル化社会の実現による国際人口移動やそれに伴う温室効果ガスの排出等々といったことが，直接的，間接的に影響していることに疑う余地はありません。「プラネタリー・ヘルス（Planetary Health）」が叫ばれる所以です。

一方で，「ホモ・サピエンス（Homo sapiens）」というラテン語は，「賢い人」という意味を持ちます。いまこそ，その真価が問われています。いまこそ，子どもたちが自らの“からだと心”を犠牲にして発してくれている SOS をこれまで以上に直視する必要があります。そして，子どもの“からだと心”が教えてくれている地球からの警告に目を向けて，間違った方向への前進を止め，それを真摯に反省するとともに，正しい方向に舵を切るべき時期に来ているとも思うのです。

文　献

○野井真吾ほか（2020）速報！コロナ緊急調査－ with コロナ，post コロナ時代の「育ち」と「学び」を考える！，子どものからだと心白書2020（子どものからだと心・連絡会議編），ブックハウス・エイチディ，pp8-11

○野井真吾（2021）国連子どもの権利委員会の「最終所見」にみる日本の子どもの健康課題の特徴：“競争的な社会”における子どもの状況に着目して，日本教育保健学会年報，28，3-15

性の多様性をおおらかに受けとめる価値観を育む授業の提案

小野アンリ
(Proud Futures)

1　はじめに

私はこれまで10年ほど，先生達と一緒に性の多様性を教える授業作りに取り組んできました。

最近は，性の多様性の授業が珍しいものでなくなりつつあり，また自らもその実践に取り組む必要性を感じている先生が増えていると感じます。

一方で，授業への心理的ハードルを感じる，何を教えればいいのかが分からない，実際に取り組んだもののこれでよかったのか不安になる，という相談も寄せられていました。

先生達にとって授業作りを難しくさせる大きな理由の一つは，このテーマの情報のアップデートの頻度が頻繁であることです。３年前と同じ授業では情報が古かったり不適切であったりする可能性があります。そこで私たちはここ数年，先生をサポートする授業用のスライドと台本を作成し，実際に授業を見学したり，フィードバックを受けたりする中で，ブラッシュアップを重ねてきました。

今回は，一つでも多くの学校で授業が行われることを願って，スライドと台本のデータを無償で公開することにしました。下記の QR コードからアクセスしてください。なお，スライドの更なる改善や学校現場のニーズを把握し，より活用しやすいリソースを提供していくために，事前事後アンケートの回答にご協力をお願いします。

2　授業スライドの主要パートは３つ

【パート１】５つの要素から性の多様性を感じる

図１を使用します。性自認，性別表現，性的指向，恋愛の指向それぞれの多様性を矢印で表しています。性のあり方は一人ひとりが少しずつ異なっていて，性のあり方は人の数だけあります。

【パート２】性のあり方の名前とその意義を知る

性のあり方の中には，名前のあるものもあります。この名前は，誰かを名付けるためにあるのではなく，自分自身を表現するためにあります。

【パート３】カミングアウトの気持ち

カミングアウトする時の気持ちを考えていくと，

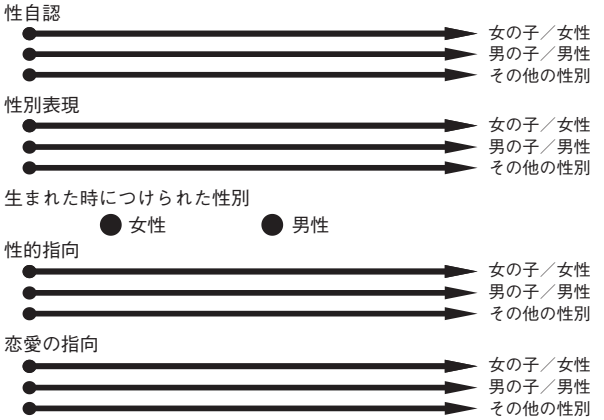


図１　５つの要素

「カミングアウトする時の気持ち」と一言でいっても，性格，性のあり方，相手との関係性，伝える内容，伝える理由などによって多様です。同様に，カミングアウトを受ける時の気持ちも多様です。

カミングアウトは強制や禁止をされるものではなく，本人の意志が大切です。もし，カミングアウトについて誰かに相談したい時には，電話相談を利用することもできます。

カミングアウトを受けた際に，相手に対して壁を感じることもあるかもしれません。しかし，対話する，知識を得る，自分と向き合う，思い込みをほぐす等を通じて，その壁を壊すこともできます。

カミングアウトを受けた時に，本人の了承を得ずに勝手に周囲に伝えることをアウティングといい，絶対にしてはいけないことです。もし，カミングアウトを受けたことについて誰かに相談したい場合は，電話相談を利用することができます。

カミングアウトは相手ともっと仲良くなるためのきっかけにもできるものです。そのために性の多様性を知ることは大切です。

最後に電話や LINE による相談窓口を紹介します。

3　この授業でこだわった５つのポイント

①「LGBT」ではなく「性の多様性」を学ぶ

「レズビアンは～」というような LGBT の用語解説ではなく，根本的な性の多様性を扱いました。多数派が性的少数者のことを学ぶのではなく，多数派

とされる性のあり方の人達も自らの性のあり方について知識を得たり考えたりすることができるようにしました。

② 性の多様性をなるべく多様なまま扱う

これまで日本の中ではよく，図２のグラデーションを用いて性の多様性が説明されてきました。

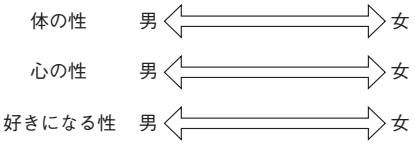


図２　性のグラデーション

スライドと台本の内容を確認した後に，図１と図２を比較して熟考してほしいことが二つあります。

まず，図１と図２の違いはどこか。次に，図１で表現できて，図２では表現できない性のあり方は何か。

教職員研修の中では，このアクティビティを少人数のグループで実施するので，先生同士でやってみるのもいいと思います。教職員研修で挙がるさまざまな気付きや考えをいくつか紹介します。

・図２には「その他の性別」がなく，男か女かでしか表現することができない。
・図２では「０」が表現できない。男女を両端に持つ矢印の中間は何を指すのだろうか。
・図２の矢印では，pH のように「女」が少なくなれば「男」が多くなるという単純な表現しかできない。
・性的指向と恋愛の指向が異なる人が存在しないように見える。
・性別表現の項目がないことで，性自認と性別表現は同一と誤解する人もいるのではないか。

図２は，学び始めの段階において，わかりやすいと感じられるかもしれません。それは，性別は二つしかなく，女でなければ男であるというような従来の価値観に沿って作られているためだと思います。

しかし，多様性とはそもそもそんなにわかりやすくシンプルなものではありません。わかりやすいように単純化し切り取った説明では，多様性の中の一部分しか扱うことができず，いないものとされてしまう人達が再生産されるという弊害があると言わざるを得ません。そこで単純化することなく，なるべく性の多様性を多様なまま扱うように工夫しました。もちろん，このスライドでもまだ十分ではなく，今後もブラッシュアップを続けていきます。

③ LGBTQ＋の子どもにとっても有益な情報を含む

以前と比べて現在の日本では，様々な情報を得やすくなっています。しかし，実際に LGBTQ＋の子ども達と話していると，かれら[注)]にとって有益な情報はまだ得難いという課題を感じていました。そこで，シスジェンダー（性自認が生まれた時につけられた性別と同じ人）でヘテロセクシュアル（「異性」に魅力を感じる人）ではないと感じている子どもが安心して自分探しをできるように，その材料となる五つの性に関する知識や，名前のないような性のあり方もあること，何かにならなければいけないわけではないこと等を説明の中に意図的に含めています。

④ 暗い・重い・辛い型から，ポジティブ・楽しい型の学びに

従来の授業は，LGBTQ＋の人達の深刻なエピソードが登場し，授業後には辛く沈んだ気分が残ることも少なくありませんでした。これまで嘲笑や侮蔑の対象として扱われていたテーマに対して，真剣に考える契機としたい先生達の熱い思いがそこにあったからでしょう。こうした授業にはこのテーマの重要性を訴える力がある一方，授業後の生徒に LGBTQ＋についてネガティブな印象が残りがちです。そこで，このスライドでは，性の多様性をポジティブに感じられるような内容や表現を工夫しました。

⑤「多数派の中の多様性」を感じられる

これまで性の多様性が語られる時，それはまるで性的少数者の多様性のことのように思えることが少なくありませんでした。しかし実際は違います。

例えばシスジェンダー女性の中でも，どのぐらい強く自分を女性だと感じるのかには幅があります。ヘテロセクシュアルの人でも，恋愛や性的なことに対してどのぐらい興味やエネルギーがあるのかには幅があります。そのように，多数派とされる性のあり方の人達も多様性の中にあることを感じられるようにスライドを作成しました。

４　実践の方法とポイント

スライドは全部で100枚を超えているため，１コマの授業に収まるか心配されることもありますが，一枚あたりの情報量が限られているので，実際には25～30分でスライド部分は終了することが多いです。一枚のスライドに長くとどまらず，どんどん展開していきます。生徒が聞きながらメモを取るのは困難なので，資料をプリントとして配布することをおすすめします。

この授業では性の多様性を「理解すること」ではなく「感じること」をゴールに設定しています。そ

のため，五つの性の矢印でそれぞれがどのような人なのか具体的にイメージさせる必要はありません。

最も大切なのは，学級の中に必ずLGBTQ＋の生徒がいるという感覚を常にもつことです。2017年に三重県の高校２年生１万人を対象に実施された調査の結果，その10％がLGBTQ＋であることが示されました（日高，2017）。全校生徒の10％がLGBTQ＋であるなら，何人在籍している計算になるのかを一度頭の中でイメージしてみてください。必ずクラスの中にLGBTQ＋の生徒がいるのだという感覚をもって授業に臨むこと大切です。

その観点から見ると，図１をプリントとして配布し，その場で自分のことを記入させることは，LGBTQ＋の生徒にとって嘘をつかざるを得ないか，カミングアウトせざるを得ないような場面となってしまうため，避けなければなりません。

また，授業の中でLGBTQ＋に対する嫌な笑いや茶化しが起こった時の対応の仕方や使えそうなフレーズをいくつか考えておくと余裕をもって授業に臨めるのではないかと思います。例えば，「今までは，LGBTのことは笑いのネタとしてしか聞いたことがなかったかもしれないけど，今日はそういうのではなくてみんなで真剣に考える時間にしたいと思っています」と伝えるなどです。学年会などでアイデアを出し合い，アイデアを複数持っていると様々な状況に落ち着いて対処しやすくなります。

すでにLGBTQ＋の生徒からの相談などによりカミングアウトを受けている場合は，事前に学習内容や日時を伝え，本人に少しでも不安があれば，その不安をなくす方法を一緒に考えるなどの対策を考えておくと，互いに安心して当日を迎えられます。

授業後の感想をプリントに記入する場面を設定する場合は，LGBTQ＋の生徒が自らの性のあり方について書くことも考えられるため，プライバシーに配慮した方法を実行します。「授業を振り返って自分と向き合う大切な時間としたい」などの理由と共に，試験の時と同じように周囲をキョロキョロせず記入し，早く終わった場合は席で静かに過ごすこと，終了後は教員が一枚ずつ回収し（もしくは自分で封筒に入れてから提出してもらう方法もある），保管の際は他の生徒の目に触れない場所に置くことなどをあらかじめ伝えてから記入させると，どの生徒にとっても素直な思いや経験を書きやすくなります。

また，感想の中でLGBTQ＋の生徒からのカミングアウトがあった場合は，感想を読んだこと，伝えてくれて嬉しかったこと，もし先生に話したいことや相談したいことがあったら話を聞きたいと思っていることなどを，伝えた方がいいです。LGBTQ＋の生徒にも色々な人がいて，相談したいことがある人もいれば，相談したいことがない人もいます。また，この話題に触れる時には，周囲に聞かれないように配慮する必要があります。

５　実践した学校から（福岡県の中学校）

本校において，性の多様性に関する学習は初めての取り組みであったため，今年度は全学年でクラスごとに一斉に授業を行うことになりました。模擬授業を実施したところ，授業者からは「自分自身が十分に理解できていない」「言葉が難しく，全てを理解させることはできるのだろうか」「からかうような発言が出ないか」など不安の声も聞かれました。そこで，この授業は性の多様性について子どもたちと一緒に学び，おおらかな価値観を育むことがねらいであること，何か課題が見つかったらその都度立ち止まって，子どもたちと一緒に学んでいくことが大切であることを確認しました。

授業を行うまでは教員側に大なり小なり不安な気持ちがありました。しかしいざ行ってみると，子どもたちの方が性の多様性について柔軟に受け止めることができているという手応えを感じました。あまり構えずに，共に学んでいく姿勢を大切にしながら，取り組めたらいいのだと思います。正しく学ぶ機会を作ること，学校・学級みんなで学ぶことの意義は非常に大きいと感じました。

注）性別を特定しない三人称複数の代名詞として，ひらがなの「かれら」という表現を使っています。

中学保健体育科ニュース 2021年 No.1（通算38号）
2021年３月15日発行

●編集　大修館書店編集部
●発行所　株式会社　大修館書店
〒113-8541　東京都文京区湯島2-1-1
TEL 03-3868-2298（編集部）／ FAX 03-3868-2645
［出版情報］ https://www.taishukan.co.jp
●印刷・製本　広研印刷株式会社